पाठ-संग्रह

भगवान श्रीविष्णु

हरे कृष्णा! हरे कृष्णा!! हरे कृष्णा!!!

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय, श्री कृष्णाए नमो नमः

पाठ-संग्रह

गीता माता की जय

स्वामी कुमार जी गीता सतसंग आश्रम,

मुठ्ठी फेज़-2, जम्मू।

श्री भगवद्गीता का महत्त्व:-

1. तुम मेरे माता तुम ही मेरे पिता बंधु सखा तुम ईश।
   तुम ही विद्या तुम धन मेरा सब कुछ तुम जग्दीश।।
2. गीता शस्त्र पुण्यमय जो जन पढे पढाये।
   भय शोक आदि रीत हो विष्णु पद सो पावे।।
3. गीता को जो नित्य पढे करे प्राणायाम।
   उसके पूर्व जन्म के नाशे पाप तामाम।।
4. देह मल नाशहित जीव दिन दिन करे स्नान।
   जगमल नाशहित त्यूँ गीता जल को जान।।

अर्थ :-

1. हे परमात्मा तुम मेरे माता और तुम ही मेरे पिता हो, हे जगदीश: मेरी विद्या और धन आदि भी सब कुछ तुम ही हो।
2. जो पुरुष इस परम् पवित्र गीता शास्त्र को पढ़ता पढाता है। वह भय और शोक को छूटकर विष्णु पद पाता है।
3. जो पुरुष नित्य गीता पाठ करे और प्राणायाम का साधन करे उसके पहले जन्मो के सब पाप नष्ट हो जाते है।
4. शरीर के मैल को मिटाने के लिए जैसे मनुष्य प्रतिदिन स्नान करता है ऐसे ही जगत् का मैल धोने के लिए प्रतिदिन गीता रूपी जल से स्नान करना चाहिए। अर्थात् गीता जी को अच्छे तरह पढना

चाहिए, क्योंकि गीता जी विष्णु भगवान के मुख कमल से निकली है। इस गीता रूपी गंगाजल को पीने से आवागमण का नाश होता है। भगवान कृष्ण कहते है "कर्म करो फल न माँगो, करुक्षेत्र से न भागो।" यही कर्त्तव्य कर्म ही भगवान की पूजा है। यही है गीता का ज्ञान। कर्म करो और फल देगा भगवान, यही है गीता का ज्ञान।

गीता जी का नारा :-

सब लोगो के दु:ख दूर हो, सब लोगों का भला हो, सब लागों को सद्बुद्धि मिले, सब लोग सब तरह खुश रहे। दुर्ज़न सज्जन बन जावे। सज्जन शांति प्राप्त करे। शांत लोग बंधनमुक्त हो और मुक्त लोग दूसरों को मुक्त करें।

अर्थात्:- हे साधू, ऐसा कौन सा श्रेष्ठ कलश रहित उपाधि और भ्रम से रहित पद है जहाँ कुछ शोक नहीं। जिस तरह रसी से बंधे हुए पुशों दूसरे के वश में हो जाते हैं। उसी तरह वासना रूपी बंधन से बंधे हुए और आशा रूपी फाँसी से जकड़े हुए इस लोक के बंधन में पड़ जाते है। इस का उपाय है भगवदगीता पर विश्वास करना और अमल करना।

प्रात: काल

1. प्रात: काल ब्राह्मी मुहूर्त में नींद से उठते ही, दोनो हाथों की हथेलियों को देखते हुए पढ़े:

"कराग्रे वसते लक्ष्मी: कर मध्ये सरस्वती। करमूले स्थितो ब्रह्मा प्रभाते कर दर्शनम्।"

2. बिस्तरे से उठने पर यह श्लोक पढ़े:

"समुद्र वसने देवि पर्वतस्तनं मण्डिते। विष्णु पत्नि नमस्तुभ्यं पादस्पर्शम् क्षमस्व मे।"

3. शौच आदि से निवृत होकर बायां पैर धोते हुए पढ़े:

"नमोस्त्वनन्ताय सहस्रमूर्तये सहस्रपादाक्षि शिरोरु बाहवे। सहस्र नाम्ने पुरुषाय शाश्वते, सहत्र कोटि युगधारिणे नम:।"

4. दायां पैर धोते हुए पढ़:

"ॐ नम: कमलनाभाय नमस्ते जल शायिने। नमस्ते केशवानन्त वासुदेव नमोस्तुते।"

5. मुँह धोते हुए पढे:—

"गंगा, प्रयाग, गयनै मिष पुष्करादि तीर्थानि, यानि भुवि सन्ति हरिप्रसादात् आयान्तु तानि करपद्मपुटे मदीये प्रक्षालयन्तु वदनस्य निशाकलंकम्। तीर्थे स्नेयं तीर्थमेव समानानां भवति मा न: शंस्यो अरुरुषो धूर्ति प्राणङ् मर्त्यस्य रक्षाणो ब्रह्मणस्पते"

6. इसके उपरान्त स्नान (नहाना) और स्नान के पश्चात् अपने माता पिता को नमस्कार करना और

पूजा कमरे में भगवान जी की तरफ मुख करके आसान लेना।

7. आसन लेने के उपरान्त महागायात्री धोना (थाली और पानी के गढ़े का इंतज़ाम पूर्व ही कर लेना)। तीन बार गायत्री मंत्र का उच्चारण करते हुए महागायत्री सूत्र को धोये **"ॐ गायत्रयै नमः ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुरवरेण्यम् भर्गो देवस्य धीमहि विधो योनः प्रचोदयात्।"**

8. महागायत्री फिर से धारण करते हुए पढ़े:

"यज्ञोपवीतं परमं पवित्रं प्रजापतेर्यत सहजं पुरस्तात आयुष्म् अग्र्य प्रतिमुन्य शुभ्रं यज्ञोपवीतं बलम् असतु तेजः। यज्ञोपवीतम् असि यज्ञस्यत्वा - उपवीतेन् उपनहामि।"

9. इसके बाद शिखा को गायत्री मंत्र तीन बार पढ़ते हुए धोये ।

10. **संध्याः-**

1) **आचम्न मंत्रः**

"ॐ शन्नों देवीरयिष्टय आपो भवन्तु पीतये शंयोर-अयिस्त्रवन्तुनः।"

इस मंत्र का उच्चारण दाये हाथ में पानी लेकर करे। तत्पश्चात गायत्री महामंत्र का भी उच्चारण करे और पानी पी लें। पश्चात् हाथ धो लीजिय।

2) पात्र में से बायें हाथ में जल लेकर दाहिने हाथ की मध्यम ओर अनामिका अंगुलियों से स्पर्श करेके

प्रथम दक्षिण और पश्चात् वामपारर्व में निन्न मंत्र से स्पर्श करे।

"ॐ वाक् वाक्। ॐ प्राण: प्राण:।

ॐ चक्षुश्चक्षु:। ॐ श्रोत्रं श्रोत्रम्।

ॐ नाभि:। ॐ हृदयम्। ॐ कण्ठ:।

ॐ शिर:। ॐ बाहुभ्यां यृशोवलम्।

ॐ करतलकरपृष्ठे।"

इन मंत्रों से ईश्वर की प्राथना पूर्वक क्रमश: मुख, नासिका, नेत्र, कान, नाभि, हृदय, कंठ, सिर, भुजाए, मूख, सकंध और दोनों हाथों के ऊपर तले स्पर्श करे। इसका अभिप्रार्य यह है कि ईशवर की कृपा से ज्ञान इंद्रि और कर्म इंद्रि यश और बल से युक्त हो।

3) फिर हाथ से जल लेकर इन्हीं दो उंगुलियों से नेत्र आदि अंगों पर जल छिडके यह मंत्र पढ़े:

"ॐ भू: पुनातु शिरमि। ॐ भुव पुनातु नेत्रयो ॐ स्व: पुनातु कण्ठे। ॐ मह: पुनातु हृदये। ॐ जन: पुनातु नाभ्याम् ॐ पुनातु पादयो: ॐ सत्यम् पुनातु पुनरिशरसि, ॐ स्वं ब्रह्मा पुनातु।"

प्राणो से प्रिय परमात्मा सिर को पवित्र करे। दु:ख विनाशक परमात्मा नेत्रों को पवित्र करे। सदा आनन्दमय ओर सबको आनन्द देने वाला परमात्मा कण्ठ में पवित्रता करे। सर्वजगत पालन परमाता नाभि को पवित्र करे पैरो का पवित्र करे। सत्य रूप भगवान

पुनः सिर में पवित्रता करें। सर्वव्यापक भगवान परमात्मा शरीर के सब अंगों में पवित्रता करें।

4) **प्राणायाम मंत्र:-**

ॐ भूः ॐ भुवः ॐ स्वः ॐ महः ॐ जनः ॐ तपः ॐ सत्यम् ॐ तत्सविर्तवरेण्यं भर्गो धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात्। आपो ज्योती रसोऽमृतं ब्रह्म भूर्भवः स्वरोम्।

अर्थ :- परमपिता परमात्मा आप प्राणों से प्रिय दुःख विनाशक, सुख प्रदाताः आनन्दमय्, आनन्दाता जगतकर्त्त, दुण्टदलन, सदा एक रस, अखंड अविनाशी और अपरिवर्तनशील हो।

इस प्रकार ईश्वर के गुणों को स्मरण करते हुए उसमें अपने आप को मग्ण करके अत्यंत आनन्दित होना चाहिए।

5) तत्पश्चात् सृष्टिकर्त्ता परमेश्वर और सृष्टिक्रम का विचार नीचे लिखे मंत्रों से करें।

'ॐ ऋतव्चे सत्यञ्चा भीद्धात्तपसोध्ये जायत। ततो रात्र्येजात् ततेः समुद्रो श्रर्णवः। समुद्रादर्णवादधि संवत्सरो श्रजायत। अहोरात्राणि विदधद्विश्वस्य मिषतो वशी। सूर्यचिन्द्रमसी धाता यथापूर्वमकल्पयत्। दिर्वञ्च प्रथिवीञ्चा न्तरिक्षमथे स्वः।'

अर्थ :- सर्वत्र प्रकाशमान ईश्वर के अनन्त साम्र्थ्य से वेद विद्या और त्रिगुणात्मक प्रकृति उत्पन्न हुई। इसी परमात्मा के सामर्भ्य से प्रलय उत्पन्न विभाग, दिन, रात, क्षण, मूहुर्त्त आदि को रचा।

सब जगत् को धारण और पोषण करने वाले परमात्मा ने जैसे पूर्व कल्प में सूर्य और चन्द्र रचे वैसे ही इस कल्प में भी रचे है। ठीक उसी प्रकार द्युलोक, पृथ्वीलोक, अंतरिक्ष और आकाश में जितने लोक है उनका निर्माण भी पूर्वकल्प के अनुसार ही किया है।

6) **'ॐ शन्नों देवीरभिष्टय आपो भवन्तु पीतये शंयोरभि सरवन्तु नः।'**

इस मंत्र से पुनः तीन आचमन करें। तदनन्दर गायत्री मंत्रों के अर्थ पूर्वक परमेश्वर की स्तुति अर्थात् परमेश्वर के गुण, उपकार का ध्यान; तत पश्चात् प्रार्थना करें।

7) निम्न मंत्रों को पढ़ते जाना और अपने मन से चारों और बाहर भीतर परमरात्मा को पूर्ण जानकर निर्भय, निश्चयक, उत्साही, आनन्दित तथा पुरुषार्थी रहना।

'ॐ प्रची दिगग्निरधिपतियसितो रक्षितादित्या इषवः। तेभ्यो तमोधिपतिभ्यो नमो रक्षितृभ्यो तम इषुीयो नमः एभ्यो अस्तु। योशस्मान् द्वेष्टि यं वयं द्विष्मस्तं वो जर्म्भ दध्मः।'

दक्षिणा दिगिन्द्रोधिप तति स्तिरश्चिराजी रक्षिता पितर इषवः। तेभ्यो नमोधिपतिभ्यो नमो रक्षितृभ्यो नम इषुभ्यो नम एभ्यो असतु। योशस्मान् द्वेष्टि यं वयं द्विष्मृस्त वो जम्यदध्म।'

प्रतीची दिग्वरुणोधिपतिः स्वजी रक्षिता शनिरिषधः। तेभ्यो नमोधिपतिभ्यो नमो रक्षितृभ्यो नमः इषुभ्यो नम एभ्यो अस्तु। योशस्मान् द्वेष्टि य वयं द्विष्मसतं वो जम्भे दध्मः।

उदीची दिक् सोमाऽधिपतिः स्वजो रक्षिता शनिरिषधः तेभ्यो नमो धिपतिभ्यो नमोरक्षितृयो नम इषुभ्यो नम एभ्यो अस्तु। योशस्मान् द्वेष्टि यं वयं द्विष्मस्तं वो जम्भे दध्मः।

ॐ ध्रुवा दिग्विष्णुरधिपतिः कल्माषग्रीवो रक्षिता वीरुध इषवः। तेभ्यो नमोधिप ति भ्यो नमो रक्षितृभ्यो नम इषुभ्यो नम एभ्यो अस्तु। योशस्मान् द्वेष्टि यं वयं द्विमस्तं वो जम्भे दध्मः।

ऊर्ध्वादिग् बृहस्पतिरधिपतिः श्वित्रो रक्षिता वर्षाभिषवः। तेभ्यो नमो रक्षितृभ्यो नम द्रुषुभ्यो नम एभ्यो अस्तु। योइस्मान् द्वेष्टि यं वयं द्विष्मस्तं वो जम्भे दध्मः।'

अर्थः- पूर्वदिशा या सामने की ओर ज्ञानस्वरूप परमात्मा सब जगत् का स्वामी है। वह बंधन रहित भगवान सब ओर से रक्षा करता है। सूर्य की किरणे उसके बाण अर्थात् रक्षा के साधन है। उन सबके गुणों के अधिपति ईश्वर के गुणों को हम लोग बारम्बार नमस्कार करते है। जो ईश्वर के गुण और ईश्वर के रचे पदार्थ जगत् की रक्षा करने वाले है और पापियों को बाणों के स्मान पीड़ा देने वाला है उनको हमारा नमस्कार हो। जो अज्ञान से हमारा द्वेष करता है और जिससे हम द्वेष करते है उन सबकी बुराई को उन बाण रूपी मुख के बीच में दुग्ध कर देते है।

... दक्षिण दिशा में सम्पूर्ण ऐश्वर्यवुक्त परमात्मा सब जगत् का स्वामी है। कीट पतंग, वृश्चिक आदि से वह परमेश्वर रक्षा करने वाला है। ज्ञानी लोग उस

के दृष्टि के बाण लक्ष्य है। उन सबके... इत्यादि पूर्ववर्त।

... पश्चिम दिशा में वरुण सबसे उत्तम परमेश्वर सबका राजा है। यह बड़े बड़े अजगर सर्पादि विषधर प्राणियों से रक्षा करने वाला है। पृथ्वीव्यादि पदार्थ उसके बाण में सहस्त्र है अर्थात् श्रेष्ठों की रक्ष और दृष्टों की ताडना से निमत्त है।उन सबके...इत्यादि पूर्ववत।

... डत्तर दिशा में सोम शान्त्यादि गुणों से आनन्द प्रदान करने वाला जगदीश्वर सब जगत् का राजा है। वह अजन्मा है। और अच्छी प्रकार से रखा करता है। नाना प्रकार की वनस्पतियाँ उसके बाण सदृश है। उन सबके इत्यादि पवर्वत।

ऊपर की दिशा में ब्रहस्पति, वाणी, वेदशास्त्र और आकाश आदि बड़ी शक्तियों का स्वामी सबका आदि—दाता है। वृष्टि उसके बाण रूप अर्थात् रक्षा का साधन हैं उन सबके इत्यादि पूर्ववर्त।

8) अब परमात्मा का उपस्थान अर्थात् परमेश्वर के निकट में और मेरे निकट परमात्मा है ऐसी बुद्धि करके

'ॐ उद्वयं तमसस्परि स्व: पशयन्त उत्तरम देवं देवत्रा सूर्यमग्नम् ज्यासेतिरुतत।

अर्थः- हे परमेश्वर। आप अंधकार से पृथक प्रकाशस्वरूप है। आप प्रलय के पश्चात् भी सदा विद्यमान रहते है।

आप प्रकाशकों के प्रकाशक, चराचर के आत्म और ज्ञान स्वरूप है। आपको सर्व श्रेष्ठ जानकर श्रद्धापूर्वक हम आपकी शरण में आये है। नाथ अब हमारी रक्षा कीजिए।

'उदुत्यं जातवेदसं देवम् वहन्ति केतवः हरी विश्वायः सूरयर्म।'

अर्थः- वेद की श्रति और जगत् के नाना पदार्थ, झण्डों के समान दिव्यगुणयुक्त सर्व प्रकाशक, चराचर के आत्मा, वेद प्रकाशक भगवान को विश्वविद्या की प्राप्ति के लिए उतम रीति से जानने और प्राप्त कराते हैं।

'चित्रम् देवानामुदगादनीकं चक्षुर्भित्रस्य वरुण स्याग्नेः। आ प्राद्यावपृथ्वी। अन्तरिक्षु सूर्य जगत्स्तस्थुषश्च् स्वाहा।'

अर्थः- जो सब देवों में श्रेष्ठ और बलवान है, जो सूर्यलोक, प्राण, अपान और अग्नि का भी प्रकाशक है, जो दिव्यलोक अंतरिक्ष और पृथ्वी लोक में व्यापक है, जो जड और चेतन जगत् का आत्मा (जीवन) हैं, वह चराचर जगत् के प्रकाशक परमात्मा हमारे हृदयो में सदा प्रकाशित रहे।'

'तच्चक्षुर्देवहितं पुरस्ताचहुक्रमुच्चरत्। पश्येमशयदः शतं, जीतेम शरदः शतश्रृपायाम शरदः शतं प्र ब्रवाम शरदः शतमदीनाः स्याम शरदः शत अूयश्च शतात्।'

अर्थः- उस सबके द्रष्टा, धार्मिक विद्रवानो के परमहितकारक, सृष्टि से पूर्व, पश्चात् और मध्य में

सत्यस्वरूप से विद्यमान रहने वाला और सब जगदुत्पादक ब्रह्म को सौ वर्ष तक देखे। उसके सहारे से सौ वर्ष तक जीये। सौ वर्ष तक उसका ही गुण गान करें। उसी ब्रह्म का सौ वर्ष तक उपदेश करें। उसी की कृपा से सौ वर्ष तक किसी के आधीन न रहे। उसी ईश्वर की आज्ञापालन और कृपा से सौ वर्ष के उपरान्त भी हम लोग देखे, जीवें, सुनें, सुनावे और स्वतन्त्र रहें।

9) **गायत्री महा मंत्र उच्चारण:-**

''ॐ भूभूर्वः स्वः तत्सतिुरवरेण्यम् भर्गो देवस्य धीमहि विधो योनः प्रचोदयात्।''

अर्थ:- सच्चिदानन्द, सकल, जगदुत्पादक, प्रकाशकों से प्रकाशक, परमात्मा के सर्वश्रेष्ठ, पापनाशक तेज का हम ध्यान करते है। वह परमेश्वर हमारी बुद्धि और कर्मो को उत्तम प्रेरणा करें।

10) **'हे ईश्वर दयानिधे भवत्कृपयानेन जपोयासनादिकर्मणा धमार्यकानमभो क्षणऐं सद्यः सिद्धि र्भवेन्नः।'**

नमस्कार मंत्र:-

'ॐ नमः शम्भवाय च मयो भवाय मयस्कराय च नमः शंकराय च नमः शिवाय च शिवतराय च।'

अर्थ:- जो सुख स्वरूप और संसार के उत्तम सुखों को देने वाला, कल्याण का कर्त्ता, मोक्षरूप और धर्म के कामों को ही करने वाला, अपने भक्तों को धर्म के

कामों से युक्त करने वाला, अत्यन्त और धार्मिक मनुष्यों को मोक्ष देने वाला है उसको हमारा बारम्बार नमस्कार हो।

11) **'ॐ अमृतोपस्तरणमसि स्वाहा'**

ॐ अमृतापिधनमसि स्वाहाः

ॐ सत्यं यथः श्रीर्मायि श्रीः श्रयतां स्वाहा।'

इससे तीसरा आचमन करके तत्पश्चात् जल लेकर नीचे लिखे मंत्रों से अंगो को स्पर्श करें।

12) **अंगस्पर्शमंत्रों :-**

ॐ वाड्म आस्येस्तु - इस मंत्र से मुख पर स्पर्श करें।

ॐ नसोर्मे प्राणोस्तु - इस मंत्र से नासिका के दोनों छिन

ॐ अक्ष्णोर्भे चक्षुरस्तु - इस मंत्र से दोनो आँख

ॐ कर्णयोर्भे श्रोत्रम्स्तु - इस मंत्र से दोनों कान

ॐ बाहोर्भे बलमस्तु - इस मंत्र से दोनों बाहु

ॐ ऊर्वोर्भ ओजोस्तु - इस मंत्र से दोनों जंद्या और

ॐ अरिष्टानि मेड्गननि तनूस्तन्वा में सह सन्तु।

इस मंत्र से दाहिने हाथ में जल स्पर्श करके माजन करना।

तत्पश्चात् आप भगवान जी की आरती कीजिए।

अंततः आप तरपण अर्थात् संकल्प कीजिए।

मन से — स्मरण

वाणी से — जप

कण्ठ से — कीर्तन

आरती

1. प्राणायाम :-

ॐ भूः ॐ भुवः ॐ स्वः ॐ महः ॐ जनः ॐ तपः ॐ सत्यम् ॐ तत्सवितर्वरेण्यं भर्गो धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात्। आपो ज्योती रसोऽमृतं ब्रह्म भूर्भवः स्वरोम्।

2. अब हाथ जोड के देवों का स्मरण करना।

1. शुक्लाम्बरधरं विष्णुं शशिवर्णं चतुर्भुजम्।
   प्रसन्नवदनं ध्यायेत्सर्वविघ्नो पशान्तये।।
2. अभिप्रेतार्थ सिद्धंयर्थं पूजितो यः सुरैर-अपि।
   सर्वविघ्नचिछदे त्तस्मै श्री गणाधिपतये नमः।।
3. गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णु गुरुर्साक्षातन्महेश्वरः।
   गुरुर - एवं जगत् - सर्वं तस्मै श्रीगुरुवे नमः।।
4. अखण्ड मण्डलाकारं व्याप्तं येन चराचरम्।
   तत्पदं दर्शितं येन तस्मै श्री गुरुवे नमः।।

3.

हेमज़ा सुतम् भजे गणेशं ईश नन्दनम्।
एकदन्त वक्रतुण्ड नाग यज्ञ सूत्रकम्।।
रक्त गात्र धूम्र नेत्र शुक्ल वस्त्र मण्डितम्।
कल्पवृक्ष भक्त रक्ष नमोस्तुते गजाननम्।।

पाशपाणि चक्रपाणि मूषकाधि रोहिणम्।
अग्निकोटि सूर्य ज्योति वज्रकोटि पर्वतम्।।
चित्रमाल भक्तिज़ाल बालचंद्र शोभितम्।
कल्पवृक्ष भक्त रक्ष नमोस्तुते गजाननम्।।

विश्ववीर्य विश्वसुर्य विश्वकर्म निर्मलम्।
विश्वहर्ता विश्वकर्त्ता यत्र-तत्र पूजितम्।
चतुर्मुखम् चतुर्भुजंम् सेवतम् चतुर्युगम्।
कल्पवृक्ष भक्त रक्ष नमोस्तुते गजाननम्।।

भूतभव्य हव्यकव्य भर्गो भार्गव वन्दितम्।
देव वह्नि कालज़ाल लोकपाल वंदितम्।
पूर्णब्रह्मा सूर्यवर्ण पोरुषम् पुरान्तकम्।
कल्पवृक्ष भक्त रक्ष नमोस्तुते गजाननम्।।

ऋद्धि बुद्धि अष्टसिद्धि नव निधानदायंक्म।
यज्ञकर्म सर्व धर्म वर्ण अर्चितम्।
भूत धूत दुष्ट मुष्ट दान्वै सर्दाचितम्।
कल्पवृक्ष भक्त रक्ष नमोस्तुते गजाननम्।।

हर्ष रूप वर्ष पुरुष रूप वंदितम्।
शीर्पकर्ण रक्त वर्ण रक्त चन्दन लीपितम्।
योग इष्ट योग सृष्ट योग दृष्टि दायकं।
कल्पवृक्ष भक्त रक्ष नमोस्तुते गजाननम्।।

नमोस्तुते सदाशिवम् नमोस्-तुते गजाननम्।
कल्पवृक्ष भक्त रक्ष नमोस्तुते गजाननम्।।

4.

जय गणेश जय गणेश जय गणेश देवा।
माता जाकी पार्वती पिता महा देवा।
एकदंत दयावंत चार भुजा धारी।
मस्तक सिंदूर सोहे मूसे की सवारी।
जय गणेश जय गणेश जय गणेश देवा।
अंधन को आँख दे कोढ़न को काया।
बांझन को पुत्र दे निर्धन को माया।
जय गणेश जय गणेश जय गणेश देवा।
हार चढ़े फूल चढ़े और चढ़े मेवा।
लड्डु अन को भाग लगे, संत करे सेवा।
जय गणेश जय गणेश जय गणेश देवा।

5.

रघुपति राघव राजा राम। पतित पावन सीता राम।
सीता राम सीता राम। भजमन प्यारे राधेश्याम।
रघुपति साघव राजा राम।।
जल में राम थल में राम। सारे जग में राम ही राम।
रघुपति साघव राजा राम।।
जय रघुनंदन जय गणश्याम् जानकी बल्लभ सीताराम।
रघुपति साघव राजा राम।।

6.
शिव हर शंकर गौरी श्याम, वन्दे गंगा धारणी श्याम। शिव रुद्र पुष्पति विश्वानाथ, कर हर काशी पूर्णनाथ। भज अपार लोचन, परमानंदा नीलकंठा त्वं शरणम्। शिव असुर निकंजन भव दुःख भंजन सेवक के प्रतिपाला। भव आवागमन मिटा दो शंकर भज शिव बारम्बार। शिव हर शंकर गोरीश्याम्। ॐ हर हर सदा सदा शिवश्याम्।

7. दो बार पढ़ये :-
सर्व मङ्गल मङ्गल्ये, शिवे सर्वार्थ साधिके,
शरण्ये त्रयम्बके, गौरि नारायणि नमोऽस्तुते।

8. श्री इन्द्र उवाच :-
इन्द्राक्षी नामसा देवी दैवतैः समुदाहृता। गौरी शाकम्भरी देवी दुर्गानाम्नोति विश्रुता। कात्यायनी महादेवी चन्द्रघण्टा महातपा। गायत्री सा च सावित्री ब्रह्माणी ब्रह्माविदिनी। नारायणी भद्रकाली रूद्राणी कृष्णपिंगला। अग्निज्वाला रौद्रमुखी कालरात्रि तपस्विनी। मेधश्यामा सहस्त्रांक्षी विष्णुमाया जलदेरी। महोदरी मुक्तकेशी धोररूपा महाबला। आनन्दा भद्रजानन्दा रोगहर्त्री शिवप्रिया। शिवदूती कराली च प्रत्यक्षा परमेश्वरी। इंद्राणी चंद्ररूपा च इन्द्र शक्ति परायणा। महिषासुर संहर्त्री चामुण्डा गर्भदेवता । वारही नारसिंही च दीमा भैरव नादिनी। श्रृतिस्मृति धृतिमेघा विद्या लक्ष्मीःसरस्वती। आनंदा विजया पूर्णा मनस्तोषा

पराजिता। भवानी पार्वती दुर्गा हैमवत्यंम्विका शिव। शिवा भवानी रूद्राणी शंकरार्धशरीरिणी, एतै-नाम पदै र्दिव्यै स्तुता शक्रेण धीमता। सर्वमंगल मंगल्ये... (२ बार)

9.

ॐ जय जगदीश हरे, स्वामी जय जगदीश हरे।
भक्त जनों के संकट क्षण में दूर करें। ॐ...
जो ध्यवे फल पावे दुःख विनशे मनका।
सुख सम्पत्ति घर आवे, कष्ट मिटे तन का। ॐ...
मात पिता तुम मेरे, शरण पडों किसकी।
तुम बिन आर न दूजा, आस करूँ मैं जिसकी। ॐ...
तुम पूर्ण परमात्मा, तुम अन्तर्यामी।
पार ब्रह्मा परमेश्वर, तुम सबके स्वामी। ॐ...
तुम करुणा के सागर तुम पालनकर्ता स्वामी।
मैं मूर्ख खलकामी, कृपा करो भर्ता। ॐ...
तुम हो एक अगोचर, सबके प्राणपति।
किस विधि मिलूं दयालू, तुम को मैं कुमति। ॐ...
दीनबंधु दुःखहर्त्ता, आप ठाकुर मेरे।
अपने हाथ उठाआ, द्वार पड़ा मैं तेरे। ॐ...
विषय विकार मिटाओ, पाप हरो देवता।
श्रृद्धा भक्ति बढ़ाओ, सनतन की सेवा। ॐ...
भक्त जनो के संकट क्षण में दूर करें।
तन मन धन सब कुछ है तेरा।

तेरा तुझको अर्पण, क्या लागे मेरा। ॐ...
श्याम सुन्दर जी की आरती, जो कोई नर गावे।
कहत शिवानन्द स्वामी, कहत हरीहर स्वामी।
मनवांछित फल पावे।
ॐ जय जगदीश हरे, स्वामी जय जगदीश हरे।
भोले भोलेनाथ हरे। जय राधा कृष्ण हरे।

10.
जय नारायण जय पुरुषोत्तम्, जय वामन कंसारे।
उद्धर माम्ऽसुरेश-विनाशं, पति तोहं संसारे।।
घोरं हरमम नरकरिपो, केशव कल्मषभारं।
माम् अनुकम्पय दीनम् नाथम् कुरु भव सागर पारम।।०।।

जय जय देव जया सुरसूदन, जय केशव जय विष्णों।
जय लक्ष्मीमुख कमल मधुव्रत जय दशकधर जिष्णो।।
घोरं हरमम नरकरिपो, केशव कल्मषभारं।।०।।

यद्यापि सकलम अहम् कलयामि हरे, नहि किम् अपि स सत्वम।
ततापि न मुच्चति मामइदम् अच्युत, पुत्रकलत्र ममत्वं।
घोरं हरमम नरकरिपो, केशव कल्मषभारं।।०।।

पुनर अपि जननं पुनर अपि मरणं, पुनरपि गर्भ निवासम्।
सोढम अलं पुनर् असिमन माधव, माम् उद्धर निजदासम्।
घोरं हरमम नरकरिपो, केशव कल्मषभारं।।०।।

त्वं जननी जनकः प्रभुर-अच्युत, त्वं सुहृत कुलमित्रम्।
त्वं शरणं शरणा-गतवत्सल, त्वं भव जलधि वहित्रं।
घोरं हरमम नरकरिपो, केशव कल्मषभारं।।०।।

जनक सुतापति चरण परायण, शंकर मुनिवर गीतं।
धारय मनसि कृष्ण पुरुषोत्तम, वारय संसृति भीतिम्।
घोरं हरमम नरकरिपो, केशव कल्मषभारं।।०।।

11.

जय शिव ओंकारा, हर शिव ओंकारा, ब्रह्मा, विष्णु सदाशिव अर्द्धांगी धारा ॐ हर हर महादेव।एकानन, चतुरानन, पचानन राजे। प्रभु हंसानन, गुरुडासन, वृषवाहन साजे। हरि ॐ...
दो भुज चार चतुर्भुज दस भुजअति सोहे। प्रभु ... तीनो रूपे निरखता त्रिभुवन जन मोहे। ॐ हर...
श्वेताम्बर पीताम्बर, बाधाम्बर अंगे प्रभु...। सनकादिक पिपलादित भूतादिक संगे। ॐ हरे...
अक्षमाला, बनमाला, रुण्डमाला धारी। प्रभु ... चंदन मृगमद सोहे, भाले शिशुधरी। ॐ हरे...
कर मध्ये सु कमण्डल, चक्र त्रिशुल धर्ता। प्रभु...। युग कर्त्ता, युग हर्त्ता, युग पालन कर्त्ता। हरि ॐ हर ...
ब्रह्मा विष्णु सदाशिव जानत अविवेका प्रभु...। प्रणवाक्षर में शोभित यह तीनों एका। ॐ हर...
त्रिगुण, स्वामी की आरती जो कोई नर गावै। प्रभु...। कहत शिवनंद स्वामी, मनवांछित फलपावै। हरि ॐ...

12.

हृदयस म्यॉनिस येम्य कोरमुत वास,

नेरव कृष्णस सूत्य खेलव रास।।

कृष्ण मे हरता, कृष्ण मे कृता,

कृष्ण मे मोल, मॉज, बंध तु ब्रातह।

कृष्ण मे सोरुय येम्य सुंद छुस दास।।

नेरव कृष्णस सूत्य खेलव रास।।०।।

द्रख तु दॉद्य् कॅति गॅयि तिमनिय लूकन,

यिमनी राधा कृष्ण छु सूत्य।

तिमनी छु राधा कृष्णनुन पूर पूर विशवास।।

नेरव कृष्णस सूत्य खेलव रास।।०।।

ब्रह्मा, विष्णु तु महेश,

तिमन ति राधा कृष्ण मनसय मंज़ छु।

दीवि दिवता येमिस रूज़िथ छि दास।।

नेरव कृष्णस सूत्य खेलव रास।।०।।

वॅति प्यठ मे तुलतम, हावतम ओलुय,

राधा कृष्णो चुय छुख म्योन मोल मोज।

अंधकार कासतम तु हावतम पनुन प्रकाश।।

नेरव कृष्णस सूत्य खेलव रास।।०।।

13. ॐ नमो भगवते वासुदेवाय।
ॐ श्री कृष्णाये नमो नमः। (5 बार)

14. शिवाय नमः ॐ शिवाय नमः।
ॐ शिवाय नमः ॐ ॐ नमः शिवाय। (5 बार)

15. 'ॐ भूभूर्वः स्वः तत्सनितुरवरेण्यम् भर्गो देवस्य
धीमहि विधो योनः प्रचोदयात्।' (5 बार)

16. शरणागत् दया कर , कृपा कर, क्षमा कर,
रक्षाकर, टोठतम विष्णुरपम् दाद्यन दवाकर,
रोगन शफाकर भगवान राम राम।

17.
सत् ग्वर् वथ होव मे असल्च राज़ पनुनुय भावतम।
वातनॉवच़्यम पूर् मंज़िलस, अड्डवते यिनु त्रॉवहम।।
ओन तु रेन छुस क्या खबर छम कोर कुन लगि म्योन पान।
यिथु नु रावय अनिगॅटिस मंज़ थफ कॅरिथ पकुनॉव्यज़्यम।।
यिर्विन्य छम नाव गॉमुच़ बोट मेय़ लागतम सत्ग्वरो।
तार यिमु सुत्य लगि मे सॅदरस, यी करवुन हेछनॉवतम।।
ती परुन हेछनावतम, ती वनुन हेछनावतम, ती बोलुन हेछनावतम।
सत् ग्वर् वथ होव मे असल्च राज़ पनुनुय भावतम।

18. सर्वे भवन्तु सुखनः सर्वे संत् निरामया, सर्वे भद्राणि पश्यन्तु। माकश्चित दुःखभाग भवेत। आवहनं नैवजानामि नैव जानामी पूजनम् पूजां धागं नैव जानामि, क्षम्यतां परमेश्वरि, मंत्र हीनम् क्रिया हीनम् विध्य हीनम् सुरेश्वरि ॐ उभाभ्यां, जानुभ्याम् पाणिभ्याम शिरसा उरसा वचसा मनसा च नमस्कार

करोमि नमः।

(आधा मिनट झुक कर नमस्कार करें।)

19.

त्वमेव माता च पितात्वमेव।
त्वमेव बंधु च गुरुत्वमेव।
त्वमवे विद्या द्रयनमात्वमेव।
त्वमेव सर्वम् ॐ वासुदेवाय।
माता भवानी च पिता भवानी,
बन्धो भवानी च गुरु भवानी,
विद्या भवानी द्रविणं भवानी,
यतोयतो आ नि च ततो भवानी।

20.

गीता माता की जय, गंगा माता, गायत्री माता, गाय माता, अपने अपने माता पिता, अपने गुरु महाराज, बबराज महाराज, सब संतन, एकादशी माता, तुलसी माता, सरस्वती, दुर्गा माता, जगत् माता, सनातम धर्म, वेद व्यास भगवान गोरी शंकर (हाथ खड़ा करके बोले) जगत पिता राधा कृष्ण भगवान की जय। कृष्णम् वन्दे: जगत् गुरु।

हरे कृष्णा! हरे कृष्णा!! हरे कृष्णा!!!

21. ध्यान कम से कम २ मिनट करयें।

देवयज्ञे पितृश्राद्ध तथा मंगल्य सैयकर्मनेय, तस्यो नरके वासो योकुर्यात जीवधातनम्।

अर्थ:- देवयज्ञ पर, पिर्त श्राद्ध किसी अच्छे पर्व पर जो माँस का प्रयोग करता है उसे अवश्य नरक मिलता है।

22. **गुरु अस्तुति**

ग्वरुय छुम साक्षात नारायण।
नारायण, नारायण, नारायण।।

ग्वर बनु तॅम्य् सिय नारायण,
यिमसय श्वद गछ़न अंत:कर्ण।
श्वद बननु सुत्य तार बनन।।
ग्वरुय छुम साक्षात नारायण।।० ।।

ग्वरु सुंद शब्द छु वैकुंठ तार,
यस आसि गाश सुय गछ़ि पार।
ओन क्या ज़ानि ज़ग तय परुन।।
ग्वरुय छुम साक्षात नारायण।।० ।।

ग्वर गछ़ि मानुन पनुन पान,
पानु मंज़ु छ़ॉर्यतोक पनुनिय प्राण।
पानस तु प्रानन मु ज़ान ब्यन।।
ग्वरुय छुम साक्षात नारायण।।० ।।

ग्वर गव शिश सुंद विशवास,
यस आसि विशवास सुय गछ़ि पास।

ग्वरु कृपा तॅम्यसय छि हॉसिल स्पदान।।
ग्वर छुम साक्षात नारायण।।०।।

ग्वरु सुंज़ श्रद्धा गॅयि ग्वरु भॅक्ति,
येमिस आसि भॅक्ति मेलस म्वक्ती।
आवा गमनन तॅम्यसय गछ़ि छ़्यन।।
ग्वरुय छुम साक्षात नारायण।।०।।

ग्वर गव शिश सुंदुय भगवान,
शिश तु छु आसन ग्वरु सुंद प्राण।
द्वनवय छिनु आसान अख ॲकिस निशि ब्योन।।
ग्वरुय छुम साक्षात नारायण।।०।।

ग्वर छु मे पानय पानु भगवान,
येमि सुंद नाव छु कृष्णु भगवान।
यिहॉय कृष्ण बनाविम सरतल स्वन।।
ग्वरुय छुम साक्षात नारायण।।०।।

कुमार जी गुल गॅन्डिथ करान ज़ारुपार,
सॉरी दिमव पानस पानय तार।
ग्वरु बगॉर छुनु तार बनान।।
ग्वरुय छुम साक्षात नारायण।।०।।

28.

यॅतिनिय यॅतिनिय नज़र पॅयम,
तॅतिनिय तॅतिनिय वुछुम कृष्ण।
यॅतिनिय वुछुम तॅतिनिय वुछुम।।
तॅतिनिय वुछुम कृष्ण।।०।।

अंदर अॅचि़थ अंदर् वुछुम तॅति वुछुम कृष्ण।
न्यबर नीरिथ न्यबर् वुछुम कृष्ण।
आकाश लोक प्यठ मे वुछुम तॅति वुछुम कृष्ण।
पाताल लोक तल् मे वुछुम तॅति वुछुम कृष्ण।

दीवि दिवता मंज़ु मेय वुछुम ततय वुछुम कृष्ण।
भूतनप्रेतनमंज़ वुछुम ततयति वुछुम कृष्ण।
असुवुन, गिन्दुवुन यत्यन वुछुम तॅति वुछुम कृष्ण।
पाठ पूज़ा येत्यन वुछुम तॅति वुछुम कृष्ण।
आदर सत्कार येत्यन वुछुम तॅति वुछुम कृष्ण।
परम ब्रह्म मंज़ मे वुछुम तॅति वुछुम कृष्ण।
सत्गुरु मंज़ मेय वुछुम तॅति वुछुम कृष्ण।
कुमार जी मंज़ मे वुछुम तॅति वुछुम कृष्ण।
येतिनय वुछुम तॅतिनय वुछुम तॅतिनय वुछुम कृष्ण।

श्री कृष्ण अस्तुति

कृष्ण सुंद नाव युस ज़ेवि प्यठ खारु,
तस कति मारु यम तय काल।।
ज़ेवि प्यठ खारु मनस मंज़ गारि।।
तस कति मारु यम तय काल।।०।।

प्रभात समयस युस कृष्णु नाव स्वरु,
सुय ना मरु यथ संसारस।
अंथस सुय खसि व्यमानिचु सवारु।।
तस कति मार यम तय काल।।०।।

निशकाम कर्म युस येति प्रज़ुनावि,
सुय कर्म तारस भव सागरस।
तमि कर्मु सुत्यन बेयिस ति तारु।।
तस कति मार यम तय काल।।०।।

गीतायि मातायि लोला युस बरु,
सुय करि पानस सुत्य इंसाफ।
राधा कृष्ण खारेस पनुनिय सवारु।।
तस कति मार यम तय काल।।०।।

पनुनिस ग्वरुस युस येति प्रज़ुनावि,
सुय ग्वर तारस भवु सागरस।
तॅमिस नाव यमराज़ु ज़ांह ति मारु।।
तस कति मार यम तय काल।।०।।

राधा कृष्ण छुव पानु भगवान,
अॅस्य सॉरी असुंज़ि गीता पॅरान।
सॉरनिय तारु पनुनि अनुग्रेह।।
तस कति मार यम तय काल।।०।।

कुमार जीयस टॉठ्य पॅनुनि पतु दोरान,
कुमार जी छु कृष्णस हवालु यिम करान।
सॉरी कृष्णनस खसव अटुबारु।।
तस कति मार यम तय काल।।०।।

मनची ज़पमाल

मनचिय ज़प माल लोलु फीरुनाव,
मन स्वरुनावुन श्री भगवान।
मन बोलुनावुन, मन वुछुनावुन।।
मन स्वरुनावुन श्री भगवान।।०।।

ग्वरु शब्दस सुत्य गछ़ि मन मेलनॉवुन,
अर्पण करुन गछ़ि दुपु कनु प्राण।
न्यथ प्रभातस नीम गछ़ि थावुन।।
मन स्वरुनावुन श्री भगवान।।०।।

ज़ेरि ज़ेरि मनुकुय ग्रटु फीरुनावुन,
शास विशास छ़लु अम्युक ज़ान।
लोलुसान प्रेयिमुसान दर्शुन करुनावान।।
मन स्वरुनावुन श्री भगवान।।०।।

शम दम यमु नीम गछ़ि दारुन,
काम, क्रूध, लूब गॉलिथ पान गालुन।
अमीय पानु मन श्रान करुनावुन।।
मन स्वरुनावुन श्री भगवान।।०।।

ही कृष्ण वनतम व्वन्य् छुमा प्रारान,
प्रॉर्य प्रॉर्य लोसमुत छु म्योन पान।
आश छम चॉनी कृष्णो कॅंछ़ा मे थारुम।।
मन स्वरुनावुन श्री भगवान।।०।।

पानो च़ु पनुन पान तारुन,
कृष्णु च़रनन हुंद ध्यान करान।
राधा कृष्ण गछ़ि लोलुनावन।।
मन स्वरुनावुन श्री भगवान।।०।।

वव बा वव

पज़ि ॲपज़ि सुत्यन बनि कर्मुलोन।
वव बा वव, लोन बा लोन।।

पोज़ छु पोज़ुय, मानतो यिहॉय छि पॅज़ कथ,
आच़ार व्यच़ार सुत्य वति पख।
यिय ववॅख तॅमि सुत्य बनि कर्मुलोन।।
वव बा वव, लोन बा लोन।।०।।

पानो कोनो छुख तिय ज़ु स्वरान,
येमु सॖत्य भवुसागर तार छु बनान।
तारस तार गछ़ि पानय दियुन।।
वव बा वव, लोन बा लोन।।० ।।

पानो कोनो छुख तिय पॅरान,
यिमु परनु सॖत्य दर्शुन छु बनान।
दर्शुन कॅरिथ गछ़ि येति नेरुन।।
वव बा वव, लोन बा लोन।।० ।।

पानो क़ोनो छुख तिय ज़ु करान,
यिमु करनु राधा कृष्ण छु मेलान।
राधा कृष्ण येति छ़ारुन।।
वव बा वव, लोन बा लोन।।० ।।

शम दम यहम नियम गॅछ़ि दारुन,
ज़िंदुगी छुनु बरोसु गॅछ़ि नु प्रारुन।
तॅमि सॖत्य् बॅनख पानो ज़ु ति नुंदुबोन।।
वव बा वव, लोन बा लोन।।० ।।

अॅज़ताम अंधकारन वॅति डोलनस,
वनु कस राह छुम सोरुय पानस।
वुनि ना चे़र गव च़ट्टु चोन म्योन।।
वव बा वव, लोन बा लोन।।० ।।

हुशयार रोज़तो प्रभातस,
छुयहाजत यिय तिय मंगतस।

प्रभात समयस गॅछ़ि नु शोंगुन।।
वव बा वव, लोन बा लोन।।०।।

कुमार जी गुल्य् गॅन्डिथ करान ज़ारु पारु,
सॉरी यिमव पानस तार दिमव।
संध्या सॅमयस गछ़ि संध्या करुन।।
वव बा वव, लोन बा लोन।।०।।

आवागमन मंज़ु म्वकलावतम

मारु छुस गोमुत चारु करतम,
आवागमनु मंज़ु म्वकलावतम।
बरु बरु मतो येति फिरुनावतम।।
आवागमनु मंज़ु म्वकलावतम।।०।।

गाटुल ऑसिथ छुस चोर बनान,
गाशदार ऑसिथ छुस ओन बनान।
अनुनिय ॲछन गाश अनतम।।
आवागमनु मंज़ु म्वकलावतम।।०।।

ज़ानान येति छुनु केंह म्योनुय,
ज़ॉनिथ तिय मानान सोरुय म्योनुय।
म्योन कॅर्य कॅर्य मॅशरावतम।।
आवागमनु मंज़ु म्वकलावतम।।०।।

अकि लटु कृष्णो सोन यिखना,
ज़खमन सॉन्यन मरहम करखना।

दोदमुत दिल छुम शेहलावतम।।
आवागमनु मंज़ु म्वकलावतम।।०।।

अकि गरु दरास तु बॅयिस गरस चास,
ज़ांह मा चेय कुन शरन बु आस।
गरु गरु व्वन्य् मतु फिरुनावतम।।
आवागमनु मंज़ु म्वकलावतम।।०।।

अट्टबोर ह्वेथ छुस दोरान,
वांगिज गरु मेय छुम नु सोरान।
गछि़ कोर बोर गोब ल्वचुरावतम।।
आवागमनु मंज़ु म्वकलावतम।।०।।

कुमार जी मंडली हेथ छु आमुत,
बबराज चोन दरबार चामुत।
सारनिय सेद्य वॉणी करतम।।
आवागमनु मंज़ु म्वकलावतम।।०।।

गीता परय

श्री कृष्ण म्यानेय सत् ग्वरय।
गीता पॅरय, गीता पॅरय।।

गीता वॅनिथ चेय पॉरथस,
ओसुय भक्त होंखथस रथस।
ज्ञानुक चु होवुथस गरय।।
गीता पॅरय, गीता पॅरय।।०।।

गीता वॅनिथ पनुनि म्वख्रु किन्य,
गंगा दरायि चानु पादु किन्य।
महातमु तार असि भवुसरय।।
गीता पॅरय, गीता पॅरय।।० ।।

गीता प्रभातन युस पॅरय,
ज़िंदय सु भवुसागर तरय।
बेयिन तु सुत्य तारि भवुसरय।।
गीता पॅरय, गीता पॅरय।।० ।।

कुत्यन अॅन्यन गाश ओनुथ,
कुत्यन कुल्यन ज़्यव दिच़थ।
तॉर्यथख लंगी यिमु भवुसरय।।
गीता पॅरय, गीता पॅरय।।० ।।

गीता ज्ञान कृष्णु भावतम,
कुनती नन्दन मे ति ज़ानतम।
बांसतम मे कृष्णो ज़रु ज़रय।।
गीता पॅरय, गीता पॅरय।।० ।।

राग दुवेश गॅछ़ि त्रावुनय,
काम, क्रूध गॅछ़ि गालनुय।
मल च़लु तु तार बनि भवुसरय।।
गीता पॅरय, गीता पॅरय।।० ।।

अंहकार भगवान गालतम,
ज्ञानुक मे च़ोंगा च़ालतम।

मतु फिरुनावतम गरु गरय।।
गीता पॅरय, गीता पॅरय।।०।।

भारत ज़गतस कर तु दया,
यिम गीता पॅरन कॅरज़्यख रक्षा।
कामनायि कासतम सत् ग्वरय।।
गीता पॅरय, गीता पॅरय।।०।।

हतो पानो

हतो पानो [illegible]तो पायस।
कुस बकार यियि अंतु समयस।।
कॉम कार कॅरिथ माजि पानु ज़ाख,
कर्मु फल पनुनिय सुत्य ह्यथ ऑख।
ग्रटु बलु लोगमुत छुख फेशनस।।
कुस बकार यियि अंत समयस।।०।।
पोज़ अपुज़ कॅरथुय यिय चु ज़ेनख,
छोट ज़्यूठ कॅरथुय यिय चु मेनख।
छुय मूजूद सोरुय चित्रु गुफतस।।
कुस बकार यियि अंत समयस।।०।।
हा पानु अथ कुन कर तु नज़र,
वुछुख येलि पानुय पनुन दफतर।
तति कुस ब्रोंठ पकु धर्मु राज़स।।
कुस बकार यियि अंत समयस।।०।।

ल्वकचार रोवुम गिन्दुनस सुत्य,
यावुन गोम काम क्रुदस सुत्य्।
बुजरुक तावन रुद्रुम नु हेस।।
कुस बकार यियि अंत समयस।।०।।

पोनियस तु पायस कुस छुय ज़िमुवार,
युथ पानु ज़ेनख तथ खॅसिय बार।
शमबह काक ज़ार व्वन्य ज़ि भगवानस।।
कुस बकार यियि अंत समयस।।०।।

कर्मयोग:- जो मनुष्य कर्म को अकर्म में देखते और अकर्म को कर्म में।

ज्ञानयोग:- जो आत्मा को सम्पूर्ण प्राणियों में और प्राणियों को आत्मरूप में देखता है।

भक्तियोग:- जो सभ जगह मुझे देखता है और मुझमें सबको देखता है।

संकल्प विधि

संकल्प के लिए पहले सामग्री एकत्रित करे, एक थाली में चावल, थोड़ा सा नमक, फल, दक्षिणा आदि रखे, थोड़ा सातिल, धूप, दीप, फूल अर्घ, पवित्र तिलक, केसर का तिलक, अपने पितृ की तसवीर, फूलो की माला, कृष्ण जी का फोटो। पूर्व की ओर मुख करें। पहले श्रीमद्भगवद्गीता का एक अध्याय

पढ़ ले, तत्पश्चात :

'ॐ तत्-सत् ब्रह्म, अध तावत् तिथौ अध, (मास, पक्ष, वार का नाम लेकर) जैसे वैशाख मासस्य कृष्ण पक्षस्य अथवाश्चकुल पक्षस्य ततीयस्यां तिथौ-भौम वासरा न्विताया विष्णु प्रीत्यर्थम् दीप धूप संकल्पात् सिद्धिर अस्तु दीपो नमः धूपो नमः।'

(बायां यज्ञोपवीत रखकर तिल सहित पानी से पितरों को जल देते हुये पढ़ें):—

'नमः पितृभ्यः प्रेतेभ्याः नमो धर्माय विष्णवे। नमो यमाय रुद्राय कान्तात्रपतये नमः।'

'ॐ तत्-सत्-ब्रह्म अध-तावत-तिथौ अध (मास, पक्ष, तिथि, वार का नाम लेकर) पित्रो पितामहाय/प्रपितामहाय, मात्रें पितामह्यौ, प्रपितामह्यौ। मातामहाय, प्रमातामहाय, वृदप्रमातामहाय मातामाह्यौ प्रमातामह्यौ, वृदप्रमातामह्यौ, समस्तमाता पितृभ्यो द्वादशदैवतेभ्यः पितृभ्याः नित्यकर्म निमितं दीपः स्वधाः धूपः स्वधः।

जिस पितृ का श्राद्ध करना हो। उसी का नाम गोत्र सहित लेकर संकल्प का पानी जो अपने हाथ में लिया गया है। चावल आदि पर छिडकते हुए पढ़े :—

'ॐ तत्-सत्-ब्रह्म अद्य तावत् तिथो अद्य मास, पक्ष, तिथि, वार का नाम लेंकर पढें (ततसत ब्रह्म अद्य-तावत तिथौ अद्य मास पक्ष तिथि वार का नाम लेकर पढें) सांवत्सरिके

श्राद्धे कन्र्याकगत आपारि-पाके श्राद्धे परलोके वैकुण्ठ पदवीप्राप्तर्थ आत्मनः पुण्य वृद्धयर्थ इंद्र अन्नं दक्षिणा सहितं फल मूलवस्त्रादि सहितं संकल्पयामि संकल्पयमि संकल्पयामि संकल्पयामि।

दायाँ यज्ञोपवीत रखकर फिर से तर्पण करते हुए पढ़ें:

'नमो ब्रह्मणे नमो अस्तु अग्नये नमः पृथिव्यै नमः औषधभ्यिः नमो वाचस्पतये नमो विष्णावे बृहते कणोमि। इति एतासाम एव देवतानाम सारिष्टं - सायुज्यं सलोकतां सामीप्यम् आप्नोति य एवं विद्वान - स्वाध्यायम् अधीते।

ॐ शांति! शांति!! शांति!!!

पाँच महा अमृत

1. हम भगवान के है।
2. हम जहां भी रहते है भगवान के दरबार में ही रहते है।
3. हम जो भी शुभ काम करते है। हम भगवान का ही काम करते है।
4. शुद्ध सात्विक जो भी पाते है भगवात का ही प्रसाद पाते है।
5. भगवान के दिये हुए प्रसाद से भगवान के ही भक्तों की सेवा करते है।

गुरु ब्रह्मा, गुरु विष्णु, गुरु साक्षात महेश्वरा
गुरु देव जगत् सर्वम तस्मै श्री गुरुवे नमः।

गुरु गव ब्रह्मा, गुरु गव विष्णु,
गुरु गव साक्षात महेश्वर।
युस सॉरसुय जग़तस गुरु छु आसुवुन।
तस श्री गुरुहस छु सोन नमस्कार।।

अॅमस गुरुस छ़ाँडान छ़ाँडान गरु गरु फेरुस,
हर गरु म्युलुम अकुय जवाब,
गछ़ गरु पानस मुच़राव पनुन बर,
तति मेली सॉरी जवाब।

उम्र गोम पनुन तु परुद प्रज़ु नावान
युस ओस प्रज़ुनावुन सु प्रज़नोवुम नु ज़ांह।
वनु कस राह छुम सोरुय पानस।।
तोगुम नु पनुन पान प्रज़ुनावुन ज़ांह।।०।।

उम्र गोम पकान पकान,
असली ठिकानु लोबुम नु ज़ांह।
वनु कस राह छुम सोरुय पानस।।
तौगि़म नु पनुनि पाद प्रज़नाविन ज़ांह।।०।।

उम्र गोम पॅरान तु लेखान,
यि ओसुम पॅरुन तिय पॅरुम नु ज़ांह।
वनु कस राह छुम सोरुय पानस।।
तॅजिम नु असली किताब प्रज़नाविन ज़ांह।।०।।

उम्र गोम बॉगरान बॉगरान,

यिय ओसुम बॉगरावुन ति बॉगरावुम न ज़ांह।

वन कस राह छुम सोरुयं पानस।।

तोगुम न चंद पनुन पानु प्रज़नावुन ज़ांह।।०।।

उम्र गोम क्वह तु रात गंज़रान,

रेतन तु वॅर्‌यन करान हिसाब।

वन कस राह छुम सोरुय पानस।।

तोगुम नु समय प्रज़ुनावुन ज़ांह।।०।।

उम्र गोम मंगान मंगान,

यि ओसुम मंगुन तिय मंगुम न ज़ांह।

वनु कस राह छुम सोरुय पानस।।

तोगुम न चंदु चूर प्रज़नावुन ज़ांह।।०।।

यिमय चंदु चूर बनान छि बॅड्य नासुर,

वनु कस बनान पानुय पानस नासुर।

वनु कस राह छुम सोरुय पानस।।

तॅगिम नु बद ख्वय प्रज़नावुन ज़ाह।।०।।

अड् वतय न्यंदर प्यथ मंज़िल मे रॉवुम,

बोवुम नु कॉंसिय पनुन दोद।

बावहा कस बोज़ह्यम कुस।।

तॅगिम नु यिमय प्रज़नावुन ज़ांह।।०।।

मोहहिच नेंनदिरय नेन्दर पेयम,

गाशस कॅरुनम अनि-गटय।

कामन तु क्रूधन वथ रावरॉविम।
वनु कस राह छुम सोरुय पानस।।
तोगुम नु वतुहावुक प्रज़नावुन ज़ांह।।० ।।

उम्र गोम शुर्यन पतय पान पनुन मारान,
व्वन्य् छुम यिमय वारु वारु मारान।
मेय वुछमख दोहय च़ु पानस पानुय मारान,
दोपमस क्याज़ि छुख पनुन राह लुकन खारान।

दोपमस कोनु छिहन पनुन यार गारान,
सु यार नु छु मरान नु छु कॉसि मारान।
वनु कस राह छुम सोरुय पानस।।
तोगुम नु पनुन यार प्रज़नावुन ज़ांह।।० ।।

उमर गोम ग्वरस पतु पतु दोरान,
तोगुम नु ग्वरु शब्द प्रज़ावुन ज़ाह।
वनु कस राव छुम सोरुय पानस।।
तोगुम नु बर पनुन्ने मुच़रावुन ज़ांह।।० ।।

गीता जी छेय वनान कुमारजी करुन पान पनुन हुशयार,
येति छुय नु कांह च़ेय वफादार।
यि छुय नु कॉसि हुंद संसार,
याद करुन छु पनुन यार,
युस छुय वफादार, युस दिग्धिपतार।।
यिमय छु सॉरिय चंदकी यार।।

च़ेय वुछतक ना यिवान कम कम यार,
सॉरी गॅयि अथु मुरान।

छ़ांडुख कोत गयि तिम दिलदार।।
यि छुनु काँसि हुंद सम्सार।।०।।
नॉन्य बुड बब तु नॉनी,
यिम गयि सॉरी प्रानन प्रानन।
च़ुय बॅनॉव्यथख नॅव्य नॅव्य रिशतुदार।
यि छुनु काँसि हुंद सम्सार।।
वन कस राह छुम सोरुय पानस।।
तोगुम न संसार प्रज़नावुन ज़ांह।।०।।
उम्र गोम कुमार जी, कुमार जी बोज़ान,
बु युस छुस, कुस छुस, सु ति प्रज़नोवुमनु ज़ांह।
वनु कस राह छुम सोरुय पानस।।
तोगुम नु आत्मु ज्ञान प्रज़नावुन ज़ांह।।०।।
भगवान् कृष्णो लगयो पादन,
चॉन्य् गीता, कुच़ाह मॉदुर तु मीठ।
चॉन्य् गीता असि वथ छय हावान।
बावान कृष्णो चॉनी सीर।
वनु कस राह छुम सोरुय पानस।।
तॅजीम नु गीता माता प्रज़नावुन ज़ांह।।०।।
गुरु देव बु लगयो चॉन्यन पादन,
चॉनी सूत्य बन्योम आनन्द।
यनु मे रोटमय चोन दामान।
तनय ओव मे ति आनन्द।।

वॅलिव सॉरी समव अकसी रज़ु लमो,
पनुनिस गुरु महाराजस करव नमस्कार।
करव पनुनिस भगवानस गुल्य गॅन्डिथ नमस्कार।
तस यियि आर तु बोज़ ज़ार पार।।

गुरु महाराज छु वापस वनानः-

पोज़ छु पोज़ुय व्वचारुन स्वय छि तुहुंज़ी कॉम। पोज़ गछ़ि पज़रस सुत्य मेलुनावुन, स्वय छि तुहुंज़ कॉम। पोज़ छु पोज़ी मगर समजुन छु स्यठाह मुशकिल। यिमय येति पानु पज़र समुज, तिमन गव हलि मुशकिल। येम अपज़िस अज़तान लोला बोर, हॉसिल तॅम्ब्य् क्याह कोर। हॉसिल तॅम्ध्य् कोर युन तु गछ़ना। बॅयि क्या हॉसिल कॅरुन। यिनस गछ़नस येति माने चारुन। तॅलि चु चेनख पोज़ छु पाज़ुय। मव दि पानो अपज़िस संग। अपुज़ छु वथ रावुरावान। अपुज़ छु करान मंदियनस शाम।

कुमार जी ऑखिर वनति पोज़ क्या सा गव?

पोज़ गव लोला। येम येति बॉगरोव। तॅम्य तॅलि अमृत चोव। यिम येति लोलुक अर्मत बॉगरोव। तिमव कोर पनुन कर्म।

गछ़ि न मछरावुन

1. ब्रांदु फश
2. सनुवॉर
3. संध्या च़ोंग
4. शेंखु शब्द
5. घंटी
6. प्रभात वथुन नेन्दरय
7. स्नान कॅरिथ माता पिता हस नमस्कार करुन।
8. अगर अंतर ध्यान आसन गॅमित, तेलि सूर्य खॅसिथ तर्पण दयुन। अदु गछ़य केंह ख्योन।
9. संध्या वक्तु टी.वी बंद करुन।
10. गरस मंज़ कॉशिरस मंज़ कथु कॅरुन्य।
11. पनुन्यन संस्कारन लोल बरुन।
12. पानस पानय तार दयुन।

हरी समान दाता नहीं, प्रेमपंथ समपथ।
गुरु समान सजन नहीं, गीता समान नहीं ग्रंथ।।

गीता माता की अस्तुति प्रर्थाना :-

1. सदाचित को शांति पहुँचाने वाली।
   नए—नए सद्‌भाव हृदय में लाने वाली।।
2. तुम ही हो कल्याण विश्व का करने वाली।
   तुम ही भ्रम स्वरूप मुक्ति को देने वाली।।

3. साधन है हरी प्राप्ति की, सकल।
मैल को मिटाने वाली।।
भव सिन्धु की तुम ही ज्ञान विकाशनी।

अर्थ:- हे गीता माता तुम सदाचित को शांत करने वाली और आनन्द देने वाली है। तेरे सुअध्याय से नए—नए सद्भाव पैदा होते है। तुम ही संसार का कल्याण करने वाली और प्रभु स्वरूप की प्राप्ति रूप मुक्ति देने वाली है। हे माता! तुम भागवत् प्राप्ति का सुसाधन और सब पापों के मैलों को नष्ट करने वाली है। संसार सागर में डूबते हुए दुखी जीवों को पार करने के लिए वाहन रूप है। और आत्मज्ञान को बढ़ाने वाली है। हे माता! हम तुम्हारे सद उद्दशों को हृदय में धारण करके इस मनुष्य जीवन को सफल करें।

गीता माता की महिमा :-

(लोकमान्य तिलक)

1. गीता ज्ञान की सूरज है।
2. शिक्षा का सागर है।
3. गीता के सुअध्याय से जगत के रहस्य खुलते है।
4. मिथ्या, विश्वास और बुरे संस्कार दूर होते है।
5. अहम् भाव और अंहकार मिट कर सरभ आत्मभाव की प्राप्ति होती है।
6. धर्म का सच्चा स्वरूप प्रकट होता है।

7. कर्त्तव्य का ज्ञान होता है।

8. सत्य के प्राप्ति होती है। और आत्मज्ञान प्राप्त होता है।

9. संसार का मोंह हटता है।

10. सदाचित प्रसनन रहता है।

11. सत्य व अस्तय विचारों की शक्ति बढ़ती है।

12. राग द्वेष मिटकर परोपकार में मन लगता है।

13. काम क्रोध का नाश होता है। बुरे कामों से मन हटता है।

14. गीता माता पिता से बढ़ कर हित करने वाली है। घर—घर में गीता होनी चाहिए और हर एक स्त्री पुरुष को गीता का अध्ययन करना चाहिए।

हरे कृष्णा

जिन्हें मंज़िल पर जाना है वे शिकवे नहीं करते।
जो शिकवे करते है, मंज़िल को पहुँचा नहीं करते।।

याद रखो:-

अपना धर्म—संस्कार से प्रेम रखो और गीता जी का अध्ययन करो।

आश्रम का कार्य क्रम:-

1. रोज़ प्राता: की पूजा — सुबह **5** बजे से

2. श्याम की पूजा — **7** बजे से

3. हर गुरुवार गीता जी का पाठ।

4. हर एकादशी को एकादशी कथा।

पता:

स्वामी कुमार जी गीता सतसंग आश्रम,
मुठ्ठी फेज़-2, जम्मू।

1. मुठ्ठी कैम्प—2	~~94191-18500~~ 9419694950
2. पुरखू कैम्प	0191-2605414
3. अमर कालोनी	0191-2503348
4. उदमपूर	01992-245169
5. मिश्रिवाला कैम्प	0191-26021876
6. छैनी	94191-47740
7. दुर्गानगर	0191-2596002

श्री राधा कृष्ण भगवान की जय

स्वामी कुमार जी गीता सत्संग आश्रम के साल भर के मूख्य कार्यक्रम :–

(1) गीता जयंती :– मार्ग शुक्ल पक्ष एकादशी
तीन दिन का कार्यक्रम।

(2) यज्ञ (हवन) :– माग पुर्णिमा
तीन दिन का कार्यक्रम।

(3) जन्मदिन भब :– जी महाराज भैशाख शुक्ल पक्ष द्वितिया
दो दिन का कार्यक्रम।

(4) गुरू पुर्णिमा :– आषाढ़ पुर्णिमा
एक दिन का कार्यक्रम।

(5) जन ाष्टमी जन्मसत्म :– भद्र कृष्ण पक्ष सप्तमी
आठ दिन का कार्यक्रम

(6) नव दुर्गा :– साल में दो भार
नौ दिन का कार्यक्रम।

پاٹھ سنگرہ

ॐ नमों भगवते वासुदेवाए ॐ श्री कृष्णाए नमों नमः